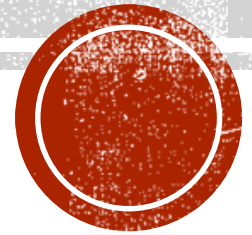


TERAPÖTİK İTTİFAK



- Terapötik ittifak (Tİ), hasta ve terapist arasındaki ilişkinin doğasını açıklamak amacıyla, öncelikle psikoanalitik gelenekte ele alınmıştır.
- İlk defa Zetzel (1960) tarafından önerilmiş ve nesne ilişkileri kuramı çerçevesinde geliştirilmiştir.
- Tİ, transferanstan farklıdır.



Rogers'ın yaklaşımının da etkisiyle, kavram, tüm yaklaşımlarda kabul görmeye başlamıştır.

- *İçtenlik*: İlişki sırasında ortaya çıkan duyguların farkında olmak ve uygun olduğunda onları ifade etmek, psikolog rolünün arkasına saklanmamak, iletişimde açık ve somut olmak vb.
- *Empati*
- *Koşulsuz olumlu saygı/kabul*



Tİ, teknik olarak üç yapının bileşimi ile tanımlanmaktadır:

1. Terapist ile hasta arasında *görevler* ya da belli bir tekniğin uygulanması açısından yapılan anlaşma
2. Tedavinin *amaçlarında* ya da öngörülen sonuçlarında anlaşma
3. Terapist ve hasta arasında karşılıklı güven ve kabulü içeren *duygusal bağ*.



Terapistin Hangi Davranışları Ti'yi Güçlendirir?

- Sıcak ve arkadaşça tavır,
- Güvenli ve deneyimli görünme,
- Danışana karşı ilgili ve saygılı olma,
- Dürüstlük, içtenlik ve açıklık,
- Görüşmeler sırasında dikkatli ve esnek olma,
- Destekleyici olma,



- Danışanın yaşantılarını onaylama (anlama, kabul etme) ve empatik bir anlayışla yaklaşma,
- Danışanın duygularını ifade etmesini kolaylaştırma ve daha derin araştırması için destekleme,
- Danışanın davranışlarına doğru yorumlar yapma,
- Tedavide aktif olma,



- Tutarlı davranışlar (sözel ve sözel olmayan davranışların tutarlılığı)
- Açık, dürüst, doğru ve güvenilir bilgi verme
- İlişkinin doğasındaki güç farklılıklarının terapist tarafından istismar edilmemesi (danışan ve yardım sürecine dair tek taraflı karar vermeme vb.)
- Geçmiş terapötik başarılarla dikkat çekme



Danışanın, Terapistin Güvenirliliğini Test Etmesi

- Terapist ve danışan arasındaki güven otomatik gelişmez.
- Tİ, terapinin başlangıç aşamalarında kurulur ancak, zaman içinde özellikle kriz zamanlarında değişim gösterebilir.
- Tİ, terapinin başlarında özellikle terapistin sıcaklığını gösterememesi ve erken yorumlar yapmasından olumsuz etkilenebilir.



- Danışanın yardım sürecinin kendi ihtiyaçlarına göre yapılandırılacağını ve terapistin onun kırılganlığını/hassasiyetlerini istismar etmeyeceğini hissetmesi, bilmesi gerekir. Bu nedenle, danışan terapisti test edebilir.
- Bu testte, danışanların temel inançları önemlidir.



Ti'yi Kurmak ve Sürdürmek Hangi Danışanlarla Zor Olabilir?

- Borderline hastalar
- Paranoid düşünceleri olan psikotik hastalar
- Bazı narsisistik hastalar
- Çocukluğunda güvenilmez ve tutarsız davranışları olan ebeveyn figürlerine sahip hastalar

